

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

Е. А. Варлашкина, Л. И. Дементий

Перфекционизм как личностная детерминанта отношения к внешности

Образ физического Я, отношение к нему детерминированы различными факторами, в том числе и личностными особенностями человека. В качестве определяющего фактора нами рассматривается перфекционизм личности.

Социальная среда характеризуется динамичностью и постоянным усложнением, стимулируя личность быть активной, конкурентоспособной, успешной. Современный человек стремится отвечать социальным вызовам не только достижением социальных статусов (положение в обществе, деловые связи, высокие материальные возможности и др.), но и использует физические возможности для адаптации в социуме, в частности, привлекательную внешность.

Актуальность обозначенной проблемы связана с тем, что привлекательная внешность обладает высокой ценностью как для общества, так и для конкретной личности. Привлекательная внешность все чаще позиционируется обществом в качестве ведущего фактора, обеспечивающего социально-психологическую успешность и востребованность личности. Д. Майерс отмечает, что «социальным психологам давно и хорошо известно, что красивые люди кажутся также счастливее, сексуальней, коммуникабельней, умней и удачливей, чем менее привлекательные»¹. Однако, как отмечают зарубежные психологи, стремление к успешности, реализуемое личностью через первоочередное изменение внешности, неизбежно приводит к снижению регулирующей роли социальных и психологических факторов, сводя их до минимума².

По мнению Г. В. Иванченко, современная массовая культура, как европейская, так и российская, отчетливо ориентируется на максимизацию удовольствия при минимуме усилий. Ж. Бодрийяр характеризует современного человека как «предприятие по наслаждению и удовлетворению», отмечая, что он «обязан быть счастливым, влюбленным, расхваливающим (расхваленным), соблазняющим (соблазненным), участвующим, эйфоричным и динамичным»³. Повышенное внимание к собственной внешности становится повседневной, необходимой потребностью современного человека, стремящегося бороться с признаками надвигающегося старения. Заботясь о привлекательной внешности, человек обращается к помощи диет, занятиям спортом, к косметологам и эстетической хирургии.

Следует подчеркнуть стремительное развитие сферы эстетической хирургии, направленной на коррекцию внешности. При этом, если на момент возникновения эстетической хирургии (1890-е гг.) к ее услугам обращались люди, имевшие объективные показания (врожденные дефекты внешности, осложнения после травм и аварий), то к концу XX в. обращение к эстетической хирургии стало обыденным делом для большинства людей, не имеющих объективных оснований для коррекции внешности. Сегодня сам факт перенесенной операции стал элементом социального престижа, изменив оценку и отношение общества к такому небезопасному способу коррекции внешности.

Обращает на себя внимание то, что решение эстетических проблем начинает перемещаться из плоскости традиционных способов ухода за внешностью, обозначенных нами выше, в психологическую. На наш взгляд, интересным является факт появления в России в конце 90-х гг. XX в. нового прикладного направления в психологии — психокосметологии («учение о психологических средствах и методах улучшения физической внешности и привлекательности человека»⁴). Ученые данного направления считают, что «предупреждением мимических морщин должны заниматься не столько медицина и косметология, сколько психология»⁵).

Образ физического Я, внешность человека являются источником повышения удовлетворенности жизнью, способом влияния на других людей и средством достижения желаемого результата.

Анализ литературных источников зарубежной и отечественной психологии по обозначенной проблеме позволил выделить ряд факторов, детерминирующих отношение людей к собственной внешности: это культурные особенности общества; гендерные стереотипы внешней привлекательности; семейное окружение; средства массовой информации

(СМИ); реальная физическая внешность; социальное влияние; личностные особенности.

Исследователи разных направлений — философы, культурологи, социологи, психологи (Н. Рамси, Д. Харкорт, В. Суэми, А. Фернхем, У. Эко, И. М. Быховская, Н. Вульф, Г. В. Иваниченко, Т. Чередниченко, М. А. Носоченко и др.) подчеркивают, что внешняя привлекательность человека является неотъемлемым атрибутом культуры любого общества и в то же время обусловлена зависимостью от культурного контекста. В. Суэми, А. Фернхем доказывают влияние внешности на психологическое благополучие личности в большинстве культур, существующих на сегодняшний день, а также отмечают, что «стремление к красоте и привлекательности может оказывать глубокое влияние на отдельных людей, политику государства и общество в целом»⁶.

Многими авторами подчеркивается несовпадение эталонов красоты и внешней привлекательности у мужчин и женщин⁷. Женщины в большей степени испытывают на себе социокультурные влияния, связанные с идеализацией внешнего облика. И. С. Клецина отмечает, что привлекательная внешность является одной из основных в иерархии жизненных ценностей женщины, именно женщинам больше, чем мужчинам свойственна неудовлетворенность внешностью⁸. И. С. Кон подчеркивает, что «главным субъектом и носителем социальных изменений, ломающих привычный гендерный порядок, являются не мужчины, а женщины, социальное положение, деятельность и психика которых изменяются сейчас значительно быстрее и радикальнее, чем мужские»⁹.

Н. Рамси, Д. Харкорт подчеркивают, что причина неудовлетворенности внешностью связана с влиянием родителей. Они отмечают, что отношение к внешности у детей формируется под влиянием обеспокоенности и тревожности относительно собственной внешности у родителей, а также оценочных высказываний родителей о внешности детей. Такое поведение родителей неизбежно приводит к психологическим переживаниям и неудовлетворенности внешностью у младших членов семьи. Обращаясь к исследованиям С. Хартер, эти авторы приходят к выводу, что дети из семей, активно следующих социальным нормам, наиболее подвержены риску дистресса, связанному с внешностью¹⁰.

Образы внешней привлекательности и красоты, транслируемые современными СМИ, представляются специалистам как никогда ранее труднодостижимыми. Р. Харрис считает, что СМИ слишком часто изображают женщин юными красавицами, обязанность которых — оставаться молодыми и привлекательными, чтобы доставлять удовольствие мужчинам. Стоит женщине перестать быть молодой и привлекательной,

и она становится объектом насмешек. В основе такого критического отношения лежит прежде всего мысль о том, что женщина не должна позволять себе стареть¹¹. Анализируя женские журналы, О. А. Воронина пришла к заключению, что «все эти журналы посвящены тому, как научить женщину быть красивой, ухоженной и сексуальной куклой, цель жизни которой — быть забавой мужчины и уметь доставлять ему удовольствие»¹².

Н. Рамси приводит результаты исследования неудовлетворенности внешностью у людей с явными физическими дефектами (заячья губа, волчья пасть, витилиго, парез лицевого нерва и др.). Эмпирические данные позволили сделать вывод, что психологические переживания людей, имеющих физические дефекты, не являются такими уж уникальными и свойственными только им, но они в одинаковой мере свойственны также людям без физических дефектов. К наиболее распространенным психологическим проблемам, с которыми сталкиваются люди с явными физическими дефектами внешности, относятся негативное самовосприятие, страх негативных оценок со стороны других людей, сложность при социальном взаимодействии¹³.

В. А. Лабунская отмечает, что одним из инструментов социального влияния на самооценку внешности является мода, дресс-код, дресс-лук. При этом человек испытывает зависимость идентификации и самоидентификации от «правил чужой игры». Она утверждает, что «человек, находясь в поле визуальных практик, научается пребывать под взглядом, усваивает предлагаемые “визуальные коды”, формирующие и взгляд самого человека, и окружающий мир, и его мир»¹⁴.

В научной литературе в качестве основных личностных особенностей, определяющих удовлетворенность и отношение к внешности, называются самооценка и уровень притязаний личности¹⁵. Этими особенностями объясняется формирование критичности и требовательности к внешнему облику, а также определение выбора степени интенсивности ухода за внешностью — от обычной до чрезмерной. В немногочисленных исследованиях зарубежных психологов существуют указания на значимость перфекционистской тенденции личности, определяющей отношение к внешности¹⁶.

Под перфекционизмом понимается чрезмерное стремление личности к совершенству¹⁷. Феномен перфекционизма стал важной характеристикой человека нашего времени, играющей большую роль в регуляции поведения личности. Перфекционистская самопрезентация все больше привлекает внимание исследователей в связи с тем, что положительное влияние перфекционизма на социальное поведение личности проявля-

ется в повышении активности деятельности в соответствии с социально одобряемыми целями, деструктивное же стремление быть успешным усиливает критичное отношение к себе и провоцирует хроническую неудовлетворенность собой.

Недостаточность исследований в области изучения взаимосвязи перфекционизма с отношением к внешности зарубежной психологии и отсутствие исследований в отечественной психологии вызвали наш научный интерес к изучению перфекционизма как личностной детерминанты отношения к внешности.

Основными положениями, послужившими теоретическим основанием, определяющим логику эмпирического исследования, являются следующие:

— Образ телесного Я — это комплексный конструкт, включающий в себя физиологические, психологические и социальные компоненты¹⁸.

— Внешность — это совокупность устойчивых индивидно-конституциональных характеристик человека, среднеустойчивых (оформление внешности: прическа, одежда, косметика, украшения) и динамических параметров самовыражения, организующихся в пространственно-временные структуры и перестраивающихся по ходу развития психофизиологических, психологических, социально-психологических компонентов структуры личности, включенной в определенный социокультурный контекст (экспрессивное, невербальное поведение)¹⁹.

— Отношение к внешности (образу физического Я, физическому Я) отражает и эмоционально-ценностное отношение к образу телесного Я²⁰.

— В данном исследовании понятие «внешность» используется нами как синонимичное понятиям «телесное Я», «образ физического Я».

Целью нашего исследования стало изучение влияния перфекционизма на отношение к внешности.

Психодиагностический комплекс исследования составили следующие методики: «Диагностика телесного Я» (И. В. Лыбко)²¹; «Многомерная шкала перфекционизма» П. Хьюитта и Г. Флетта (адаптация И. И. Грачевой)²².

Методика «Диагностика телесного Я» позволяет определять уровень самопринятия телесного Я и влияние Другого на отношение к своему телу. В настоящем исследовании мы использовали шкалу «Самопринятие телесного Я», позволяющую изучать чувство симпатии, принятия и эмоциональное отношение к телесному Я. «Многомерная шкала перфекционизма» направлена на изучение общего уровня перфекционизма, а также его структуры по следующим компонентам: 1) перфекционизм, ориентированный на себя (ПОС) (отражает высокие стандарты личности

по отношению к себе); 2) перфекционизм, ориентированный на других (ПОД) (предполагает нереалистичные стандарты по отношению к другим людям); 3) социально предписываемый перфекционизм (СПП) (отражает потребность соответствовать стандартам других).

Для статистической обработки полученных данных были использованы методы первичной описательной статистики (среднее арифметическое значение, стандартное отклонение), Н-критерий Крускала–Уоллиса, множественный регрессионный анализ²³.

Выборка исследования представлена тремя группами испытуемых, уравновешенных по социально-демографическим характеристикам, — это женщины в возрасте от 22 до 55 лет, имеющие различную занятость в деловой сфере, разное семейное, социальное и материальное положение. Основным критерием формирования групп явилось различие в степени интенсивности ухода за внешностью — от незначительного до гиперактивного:

1-я группа — женщины, ограничивающиеся незначительным (самостоятельным) уходом за внешностью (40 человек).

2-я группа — женщины, ограничивающиеся умеренным уходом за внешностью (самостоятельный уход и посещение специалистов индустрии красоты) (40 человек).

3-я группа — женщины, характеризующиеся гиперактивностью в уходе за внешностью (самостоятельный уход, посещение специалистов индустрии красоты, использование эстетической хирургии) (40 человек).

Общая численность выборки — 120 человек. Исследование проводилось на базе ООО «Центр пластической хирургии доктора Пуценко» (г. Омск).

Результаты исследования самопринятия своего телесного Я представлены в таблицах 1 и 2.

Таблица 1

**Распределение испытуемых
по уровню самопринятия телесного Я**

Уровень самопринятия телесного Я	Удельный вес испытуемых по группам, %		
	1-я группа	2-я группа	3-я группа
Низкий	30	10	18
Средний	58	78	65
Высокий	13	13	18

Согласно полученным результатам, большинство испытуемых выборки (от 58 до 78 %) обладают средним уровнем самопринятия телесного Я. Несмотря на то, что нами не были получены статистически значимые различия между исследуемыми группами по уровню самопринятия телесного Я, обращает на себя внимание тот факт, что первая группа испытуемых, ориентирующихся на незначительный уход за внешностью, является наиболее многочисленной (30 %) по низкому уровню самопринятия телесного Я.

Таблица 2

**Средние значения по шкале «Самопринятие телесного Я»
по группам испытуемых в баллах**

Группа	Среднее значение
1	11,6
2	12,3
3	12,68
Вся выборка	12,19 ± 3, 12

Анализ средних значений уровня самопринятия телесного Я показал наличие тенденции его повышения при увеличении активности ухода за внешностью (табл. 2).

Полученные данные позволяют нам сформулировать вывод о том, что внешность обладает одинаково высокой ценностью и личностно значима для всех групп испытуемых, независимо от количества применяемых способов ухода за ней. По мере увеличения активности ухода за внешностью повышается и степень удовлетворенности ею.

Таблица 3

**Удельный вес испытуемых по уровню выраженности
компонентов перфекционизма, %**

Уровень	Компоненты перфекционизма									Общий уровень перфек- ционизма		
	ПОС			ПОД			СПП					
	Группы			Группы			Группы			Группы		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Низкий	22	17	7	22	30	7	7	30	5	22	27	5
Средний	53	70	78	55	60	80	83	70	70	53	63	70
Высокий	25	13	15	23	10	13	10	0	25	25	10	25

Абсолютное большинство испытуемых трех групп обладают средним уровнем выраженности как перфекционизма в целом, так и отдельных его компонентов (табл. 3). При этом в первой группе испытуемых, ориентированных на незначительный уход за внешностью, 25 % обладают высоким уровнем перфекционизма, ориентированного на себя, и 23 % — перфекционизма, ориентированного на других, а 25 % испытуемых третьей группы, ориентированных на гиперуход за внешностью, характеризуются наибольшей выраженностью социально предписываемого перфекционизма по сравнению с другими группами.

Таблица 4

**Значения компонентов перфекционизма
по группам испытуемых в баллах**

Группа	Компоненты перфекционизма			Общий уровень перфек- ционизма
	ПОС	ПОД	СПП	
1	69,65	52,95	56,05**	178,65
2	67,38	48,55	47,75	163,68
3	73,23	55,73*	58,15***	187,10***
<i>Среднее</i>	70,08 ± 16,92	52,41 ± 15,15	53,98 ± 12,26	176,48 ± 36,19

* Уровень значимости $p \leq 0,05$.

** Уровень значимости $p \leq 0,01$.

*** Уровень значимости $p \leq 0,001$.

Общей закономерностью в структуре перфекционистской самопрезентации у всех групп испытуемых является наибольшая выраженность перфекционизма, ориентированного на себя. Статистически значимых различий по данному компоненту перфекционизма не было выявлено. Следовательно, независимо от интенсивности и активности ухода за внешностью, в структуре перфекционистской самопрезентации ведущим компонентом является перфекционизм, ориентированный на себя, который отражает стремление личности к самосовершенствованию и самоактуализации.

При попарном сравнении общего перфекционизма и его компонентов у испытуемых первой и третьей групп статистически значимых различий обнаружено не было. Испытуемые данных групп обладают наибольшей выраженностью перфекционизма, ориентированного на других ($t = -2,23$ при $p \leq 0,05$), социально предписываемого перфекционизма ($t = 3,23$ при $p \leq 0,05$; $t = -4,09$ при $p \leq 0,001$) и общего уровня перфек-

ционизма ($t = -3,23$ при $p \leq 0,001$) в сравнении со второй группой, ориентированной на умеренный уход за внешностью. Следовательно, испытуемые, прибегающие к незначительному уходу за внешностью (первая группа), и испытуемые, ориентированные на гиперуход (третья группа), при высокой ориентации на самоактуализацию и самосовершенствование обладают стремлением соответствовать стандартам Значимых Других, а также характеризуют их ожидания по отношению к другим людям нереалистичными, акцентирующими исключительную важность совершенства окружающих.

Особенностью второй группы испытуемых, стремящихся к самосовершенствованию (ориентированных на умеренный уход за внешностью), является меньшая выраженность всех компонентов и общего уровня перфекционизма в сравнении с первой и третьей группами.

Полученные нами результаты множественного регрессионного анализа в целом по всей выборке свидетельствуют об обратном влиянии социально предписываемого перфекционизма ($\beta = -0,61$, $t = -4,09$ при $p \leq 0,001$) и прямом влиянии общего уровня перфекционизма ($\beta = -0,74$, $t = 3,23$ при $p \leq 0,01$) на самопринятие телесного Я.

Однако при изучении влияния в исследуемых группах полученные результаты оказались для нас неожиданными. Были выявлены следующие особенности: в группах, ориентированных на незначительный (первая группа) и умеренный уход за внешностью (вторая группа) подтверждается обратное влияние социально приписываемого перфекционизма ($\beta = -0,937$ при $p \leq 0,01$; $\beta = -0,756$ при $p \leq 0,01$) и прямое влияние общего перфекционизма ($\beta = 1,281$ при $p \leq 0,01$; $\beta = 0,682$ при $p \leq 0,05$). Данная закономерность не была установлена в третьей группе. В этой группе испытуемых, ориентированных на гиперуход за внешностью, вероятно, существуют иные факторы, детерминирующие самопринятие телесного Я. Одним из таких возможных факторов является достигнутый ее участниками самый высокий уровень самопринятия телесного Я, а также наиболее высокие перфекционистские тенденции, обеспечивающие удовлетворенность собственным Я.

Полученные данные позволяют сформулировать следующие выводы:

1. Внешность обладает одинаково высокой ценностью для личности независимо от активности и интенсивности применяемых способов ухода (от незначительного до чрезмерно высокого). Использование более активных способов ухода за внешностью является одним из условий, повышающих удовлетворенность внешностью.

2. Перфекционизм оказывает детерминирующее воздействие на самопринятие телесного Я. В общей структуре перфекционизма социально предписываемый перфекционизм и общий уровень перфекционизма являются ведущими факторами, определяющими это воздействие. Чем выше уровень общего перфекционизма личности, активность и интенсивность ухода за внешностью, тем выше степень самопринятия телесного Я. Однако при чрезмерно высокой активности ухода за внешностью перфекционистская самопрезентация личности не оказывает влияния на самопринятие телесного Я. Высокий уровень социально предписываемого перфекционизма снижает самопринятие телесного Я.

Сформулированные выводы и обнаруженные закономерности носят предварительный характер и нуждаются в дополнительном подтверждении.

¹ Майерс Д. Социальная психология. СПб., 1997. С. 545.

² Рамси Н., Харкорт Д. Психология внешности. СПб., 2009. С 46.

³ Цит по: Иваниченко Г. В. Идея совершенства в психологии и культуре. М., 2007. С. 75.

⁴ Лисецкий К. С. Психометология: теория и практика. Самара, 2008. С. 6.

⁵ Там же. С. 3.

⁶ Суэми В., Фернхем А. Психология красоты и привлекательности. СПб., 2009. С. 21.

⁷ См.: Клецина И. С. Психология гендерных отношений. СПб., 2004; см. также Палуди М. Психология женщины. СПб., 2003; Рамси Н., Харкорт Д. Психология внешности; Суэми В., Фернхем А. Психология красоты и привлекательности.

⁸ См.: Клецина И. С. Психология гендерных отношений.

⁹ Цит. по: Клецина И. А. Гендерная составляющая временной перспективы личности // Личность как субъект организации времени своей жизни : сб. науч. ст. Краснодар, 2008. С. 98.

¹⁰ См.: Рамси Н., Харкорт Д. Указ. соч.

¹¹ См.: Харрис Р. Психология массовых коммуникаций. М., 2002.

¹² Воронина О. А. Гендерная экспертиза законодательства Российской Федерации о средствах массовой информации // Проект гендерная экспертиза. М., 1998. С. 73.

¹³ См.: Рамси Н., Харкорт Д. Указ. соч.

¹⁴ Лабунская В. А. Внешний облик в структуре представлений о Враге и Друге на различных этапах жизненного пути // Психология человека в современном мире : в 2 т. : материалы Всерос. юбилейной науч. конф., посв. 120-летию со дня рожд. С. Л. Рубинштейна. 15–16 окт. 2009 г. / отв.ред. Н. Л. Журавлев, В. А. Барабанщиков, М. И. Воловикова. М., 2009. Т. 1. Комплексный и системный подходы в исследованиях человека. Личность как субъект жизненного пути. С. 222.

¹⁵ См.: Клецина И. А. Гендерная составляющая временной перспективы личности ; Лабунская В. А. Указ. соч. ; Палуди М. Указ. соч. ; Рамси Н., Харкорт Д. Указ. соч. ; Соколова Е. Г. Самосознание и самооценка при аномалиях личности. М., 1989 ; Столин В. В. Самосознание личности. М., 1983.

¹⁶ Sherry S. B., Hewitt P. L. et al. Perfectionism and Thoughts About Having Cosmetic Surgery Performed // J. of Applied Biobehavioral Research. 2004. No 9.

¹⁷ См.: Гаранян Н. Г. Психологические модели перфекционизма // Вопр. психологии. 2009. № 5. С. 74–83.

¹⁸ Рамси Н., Харкорт Д. Указ. соч. С. 88.

¹⁹ Лабунская В. А. Бытие субъекта: самопрезентация и отношение к внешнему Я // Субъект, личность и психология человеческого бытия. М., 2005. С. 238.

²⁰ Заржицкая О. А. Образ тела как предмет психологического исследования // Журн. практич. психолога. 1998. № 7. С. 7–18; см. также: Соколова Е. Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности. М., 1989.

²¹ См.: Лыбко И. В. Методика «Диагностика телесного Я» // Психол. диагностика. 2008. № 3. С. 5–21.

²² См.: Грачева И. И. Адаптация методики «Многомерная шкала перфекционизма» П. Хьюитта и Г. Флетта // Психол. журн. Т. 27. 2006. № 6. С. 73–89.

²³ См.: Наследов А. Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных. СПб., 2007.

В. М. Воронин, С. В. Курицин

Латентный семантический анализ и понимание текста

Обучение пониманию текстов является одной из самых важных задач, поставленных перед современным образованием, которое направлено на развитие способностей мышления, выработку практических навыков, изучение процедур и технологий, формирование базовых компетенций. Умение адекватно воспринимать, осмысливать и в результате понимать прочитанное является важнейшим компонентом образовательного процесса.

Проблема оценивания результатов понимания до настоящего времени является малоизученной¹. Это положение отмечается и в «Концепции образовательной области “Филология”» (2000), где сказано: «До сих пор не выработаны научно обоснованные критерии оценки знаний, умений и навыков учащихся...» Несмотря на появление систем оценивания, основанных на критериях правильного выполнения текстового задания (ЕГЭ и др.), массовая школьная практика оценивания результатов понимания текста остается рутинной.

Компьютерное тестирование знаний становится на сегодняшний день все более актуальной и широко распространенной технологией оценки качества знаний обучающихся. Наряду с такими достоинствами как относительная простота технической реализации, высокая степень